

# Championnats d'Ile de France Masters

Samedi 14 mai 2022

## REGLEMENT TECHNIQUE

**NB : Les athlètes Cadets, Juniors, Masters participent aux épreuves Seniors**

Au regard du nombre d'engagés au jeudi 12 mai, la CRAM prend les décisions suivantes :

**10m MAF\*** : 2 finales – **M35-45\*** : 2 finales – **M50-55\*** : 1 finale – **M60+** : finales directe

**200m, 400m, 800m** : Finales directes

**Epreuves de Haies** : Finales Directes

\*série par catégorie et finales par regroupement de catégories au scratch.

### RAPPEL

**Non-participation aux finales** : à l'issue des séries, les athlètes qualifiés pour les finales, mais qui ne souhaitent pas y participer, sont priés d'en avvertir le secrétariat de la compétition.

## MONTEES DE BARRE

### Hauteur MAF+/M60+

	0,85	0,90	0,95	0,99	1.03	1.07	1.10	1.13	1.16	1.19	1.22	1.25	1.28
	1.31	1.34	1.37	1.39	1.41	1.43	1.45	1.47					

### Hauteur M35-55 (147 à 190)

	1.22	1.27	1.32	1.37	1.41	1.45	1.49	1.52	1.55	1.58	1.60	1.62	1.64
	1.66	1,68	1,70	1,72	1,74	1,78	1,80	1,82	1,84	1,86	1,88	1,90	1,92

### Perche MAF/MAM (2m20 à 3m30)

	1.81	2,01	2,16	2.31	2,46	2,61	2,76	2,91	3,01	3,11	3,21	3,26	3,31
	3,36	3,41											

**Règlement des concours (longueur, poids, javelot, marteau, disque et triple saut)**

6 essais pour tous les athlètes

